

**SKRIPSI**



**KONTRIBUSI KOORDINASI MATA-KAKI, KECEPATAN REAKSI KAKI  
DAN KESEIMBANGAN TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA  
PADA PERMAINAN SEPAKBOLA MURID SD INPRES TAMANYELENG  
KECAMATAN BAROMBONG KABUPATEN GOWA**

***THE CONTRIBUTION OF EYE-FOOT COORDINATION, FOOT  
REACTION SPEED AND BALANCE TO DRIBBLING SKILLS IN SOCCER  
GAME OF ELEMMENTARY SCHOOL STUDENTS IN INPRES  
TAMAYELENG BAROMBONG SUB-DISTRICK OF GOWA***

**MUHAMMAD HARMADI SYAM**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAAHRAGA  
JURUSAN PGSD DIKJAS  
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR  
2020**

**KONTRIBUSI KOORDINASI MATA-KAKI, KECEPATAN REAKSI KAKI  
DAN KESEIMBANGAN TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA  
PADA PERMAINAN SEPAKBOLA MURID SD INPRES TAMANYELENG  
KECAMATAN BAROMBONG KABUPATEN GOWA**

***THE CONTRIBUTION OF EYE-FOOT COORDINATION, FOOT  
REACTION SPEED AND BALANCE TO DRIBBLING SKILLS IN SOCCER  
GAME OF ELEMMENTARY SCHOOL STUDENTS IN INPRES  
TAMAYELENG BAROMBONG SUB-DISTRICK OF GOWA***

**ABSTRAK**

**Muhammad Harmadi Syam, 2019.** Kontribusi koordinasi mata kaki, kecepatan reaksi kaki dan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola murid SD Inpres Tamanyeleng Kecamatan Barombong Kabupaten Gowa. Skripsi. Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Makassar.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui; (1) Apakah ada kontribusi koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada murid SD Inpres Tamanyeleng Kecamatan Barombong Kabupaten Gowa; (2) Apakah ada kontribusi kecepatan reaksi kaki terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada murid SD Inpres Tamanyeleng Kecamatan Barombong Kabupaten Gowa; (3) Apakah ada kontribusi keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada murid SD Inpres Tamanyeleng Kecamatan Barombong Kabupaten Gowa; (4) Apakah ada kontribusi koordinasi mata kaki, kecepatan reaksi kaki dan keseimbangan secara bersama-sama terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada murid SD Inpres Tamanyeleng Kecamatan Barombong Kabupaten Gowa.

Penelitian ini adalah jenis penelitian deskriptif yang menggunakan rancangan penelitian "korelasional". Populasinya adalah keseluruhan murid SD Inpres Tamanyeleng Kecamatan Barombong Kabupaten Gowa. Sampel yang digunakan adalah sebanyak 30 orang. Teknik penentuan sampel adalah dengan pemilihan secara acak (*simple random sampling*). Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif, analisis koefisien korelasi pearson product moment ( $r$ ), dan hasil analisis korelasi ganda ( $R$ ) pada taraf signifikan  $\alpha = 0,05$ .

Hasil penelitian menunjukkan bahwa; (1) Ada kontribusi yang signifikan antara koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada murid SD Inpres Tamanyeleng Kecamatan Barombong Kabupaten Gowa, dengan nilai  $r$  sebesar 0,502 ( $p_{\text{value}} < \alpha 0,05$ ); (2) Ada kontribusi yang signifikan antara kecepatan reaksi kaki terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada murid SD Inpres Tamanyeleng Kecamatan Barombong Kabupaten Gowa, dengan nilai  $r$  sebesar 0,509 ( $p_{\text{value}} < \alpha 0,05$ ); (3) Ada kontribusi yang signifikan antara keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada murid SD Inpres Tamanyeleng Kecamatan Barombong Kabupaten Gowa, dengan nilai  $r$  sebesar 0,506 ( $p_{\text{value}} < \alpha 0,05$ ); (4) Ada kontribusi yang signifikan antara koordinasi mata kaki, kecepatan reaksi kaki dan keseimbangan secara bersama-sama terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada murid SD Inpres Tamanyeleng Kecamatan Barombong Kabupaten Gowa. Dengan nilai  $R_{\text{Square}}$  sebesar 0,736 ( $p_{\text{value}} < \alpha 0,05$ ); dan nilai  $F_{\text{hitung}}$  ( $F$ ) sebesar 24,120.

## **PENDAHULUAN**

Olahraga merupakan aktivitas fisik yang dilakukan untuk mendapatkan tubuh sehat dan kuat, aktivitas itu sendiri cenderung yang menyenangkan dan menghibur. Kata olahraga berasal dari bahasa Indonesia asli. Olahraga berarti mengolah atau menyempurnakan jasmani atau fisik. Melihat dari tujuannya, olahraga dibagi menjadi tiga yaitu olahraga pendidikan, olahraga prestasi, dan olahraga rekreasi. Olahraga pendidikan dilaksanakan di sekolah, olahraga prestasi dilakukan di klub-klub olahraga melalui induk cabang olahraga, sedangkan olahraga rekreasi dilakukan hanya untuk mengisi waktu luang.

Olahraga perlu ditingkatkan dan dimasyarakatkan sebagai salah satu upaya dalam meningkatkan

kualitas manusia Indonesia secara keseluruhan. Dalam hal ini berkaitan dengan peningkatan kesehatan jasmani dan rohani bagi setiap anggota masyarakat yang pada dasarnya bertujuan untuk membentuk watak dan kepribadian, disiplin dan sportifitas yang tinggi serta membangkitkan rasa kebanggaan nasional. Disamping itu perlu pemantapan organisasi induk cabang olahraga mulai dari tingkat daerah sampai ke tingkat nasional. Sehingga dalam mencapai prestasi dibidang olahraga diperlukan suatu usaha pembinaan melalui pembibitan secara dini serta peningkatan prestasi melalui pendekatan ilmiah.

Olahraga merupakan salah satu aktivitas untuk menjalani hidup sehat dan bugar. Dalam berolahraga tidak hanya sehat yang didapatkan, namun dengan aktivitas olahraga

seseorang akan dapat memperoleh penghargaan atas prestasi cabang olahraga dicapai. Untuk itu seseorang akan memberikan porsi latihan yang lebih, guna dapat bersaing dengan yang lainnya. Berolahraga dapat menimbulkan jiwa sportivitas yang berarti bersedia menerima kekalahan, fair play, dan menumbuhkan jiwa semangat yang tidak pernah menyerah untuk terus berlatih dalam meningkatkan kondisi fisik. Dari sekian banyak cabang olahraga yang ada, salah satunya yang dapat menunjang prestasi adalah olahraga sepakbola.

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang cukup digemari oleh seluruh lapisan masyarakat terutama kaum laki-laki, mulai dari anak-anak, remaja dan dewasa. Hal ini mungkin dikarenakan jenis permainan ini

dapat dimainkan didaerah lapang dan melibatkan banyak orang. Dari hal kegembiraan dimungkinkan olahraga ini juga sangat cukup memberikan hiburan, tantangan dan pengembangan kreatifitas dalam permainannya.

Cabang olahraga sepakbola merupakan cabang olahraga yang sudah merakyat dan sangat populer di kalangan masyarakat di seluruh Indonesia. Keberhasilan olahraga tersebut dapat di tingkatkan dan di arahkan untuk mencapai prestasi. Peningkatan prestasi olahraga adalah suatu hal yang tidak ada hentinya diperbincangkan dalam usaha menggali dan mengkaji peningkatan prestasi di bidang olahraga, semua kegiatan tersebut membuktikan bahwa usaha yang dilakukan atas dasar metode ilmiah yaitu prosedur untuk mengetahui sesuatu dengan

langkah-langkah yang sistematis dan terarah melalui penelitian.

Permainan sepakbola sangat ditentukan oleh penguasaan teknik, taktik kerjasama tim dan unsur kondisi fisik pemain. Kualitas permainan sangat ditentukan oleh kesempurnaan penguasaan teknik dasar, semakin sempurna penguasaan teknik dasar semakin berkualitas permainan yang ditampilkan, dalam permainan sepakbola terdapat beberapa teknik yang merupakan dasar yang harus di kuasai oleh seorang pemain agar dapat bermain dengan baik guna menuju peningkatan prestasi, seperti menendang bola, menggiring bola, menyundul bola dan sebagainya. Namun dalam hubungannya dengan penelitian ini hanya berfokus pada suatu teknik saja yakni teknik menggiring bola.

Menggiring bola atau dribble adalah unsur dasar yang harus dimiliki oleh setiap pemain khususnya sepakbola karena teknik ini adalah teknik penunjang dalam penguasaan teknik-teknik lainnya termasuk unsur fisik yang terlibat didalamnya. Teknik menggiring bola merupakan salah satu faktor yang sangat penting dalam permainan sepakbola karena dapat menunjang terciptanya gol dalam suatu pertandingan.

Pencapaian prestasi puncak dapat diraih bila pembinaan atlet melalui tahapan tingkat pemula sampai atlet berprestasi atau dari tahap usia dini sampai tahap usia dewasa. Pembinaan sepakbola usia dini atau usia muda mengharuskan para pelatih, guru penjas atau pembina olahraga sepakbola memperhatikan secara cermat dan

teliti dalam memberikan bimbingan kepada para murid atau atletnya. Oleh karena itu, pelatih, guru penjas atau pembina olahraga sepakbola harus memahami karakteristik murid atau atletnya sesuai tingkat usianya.

Salah satu cabang olahraga yang dibina dan dikembangkan di Indonesia termasuk di Sulawesi Selatan adalah cabang olahraga sepakbola. Prestasi cabang olahraga sepakbola, khususnya di SD Inpres Tamanyeleng Kecamatan Barombong Kabupaten Gowa masih kurang mampu bersaing dengan sekolah lain, hal ini terbukti setiap kejuaraan yang diikuti belum mampu meraih prestasi maksimal. Kenyataan tersebut diduga masih kurangnya pembinaan secara terpadu dalam pengembangan cabang olahraga tersebut, meskipun pada dasarnya

memiliki potensi untuk dapat dibina dan dikembangkan.

Perlu diketahui bahwa keterampilan menggiring bola tidak dapat terjadi tanpa didukung oleh beberapa unsur yang menunjang, dan salah satunya yang paling dominan adalah unsur kemampuan fisik. Hal ini disebabkan karena tanpa kemampuan fisik yang memadai sulit untuk mengembangkan teknik menggiring bola yang baik. Begitu pula sebaliknya dengan kemampuan fisik yang baik maka pelaksanaan teknik gerakan menggiring bola akan ditampilkan secara sempurna.

Kemampuan fisik yang dimaksud terutama ditekankan pada bagian tubuh yang memegang peranan penting dalam menggiring bola seperti unsur fisik koordinasi mata kaki, kecepatan reaksi kaki dan keseimbangan merupakan hal yang

sangat penting agar dapat melakukan gerakan atau keterampilan menggiring bola secara berkelok-kelok maupun gerakan merubah arah secara tiba-tiba pada beberapa sisi dalam usaha untuk melewati lawan.

Koordinasi mata kaki adalah salah satu komponen fisik dalam upaya mendukung tercapainya suatu prestasi pada umumnya, khususnya dalam permainan sepakbola. Dimana gerakan menggiring bola selalu menggunakan kaki, sehingga kemampuan mengkoordinasikan gerakan kaki dengan bantuan penglihatan sangat menentukan efektifnya hasil menggiring bola. Kurangnya koordinasi mata kaki dalam menggiring bola akan menghasilkan gerakan yang kaku. Dengan kemampuan mengkoordinasikan gerakan kaki dengan bantuan penglihatan terhadap

arah sasaran sangat menentukan efektifnya hasil kemampuan menggiring bola.

Peranan kecepatan reaksi kaki mempunyai peranan yang tidak kalah pentingnya terhadap kemampuan menggiring bola, karena dalam menggiring bola ada kalanya berhadapan dengan rintangan atau lawan yang berusaha merebut bola. Seseorang yang memiliki kecepatan reaksi kaki yang bagus akan mudah melakukan gerakan-gerakan cepat meskipun dalam ruang yang sempit. Apabila kecepatan tersebut dimiliki oleh pemain sepakbola, maka akan mampu melakukan gerakan menggiring bola dengan cepat.

Begitu pula halnya terhadap keseimbangan juga mempunyai peranan yang tidak kalah pentingnya terhadap keterampilan menggiring bola. Keseimbangan kondisi fisik

yang lain dibutuhkan dalam keterampilan menggiring bola adalah keseimbangan (*balance*). Adapun yang dimaksud terhadap keseimbangan adalah kemampuan seseorang menjaga posisi dan kestabilan badan saat menggiring bola, salah satu unsur yang mendasar dalam pengembangan ke arah optimal adalah kemampuan fisik yang dimiliki belum merata serta penguasaan teknik-teknik yang ada belum mantap. Olehnya itu supaya pembinaan olahraga lebih terarah, terlebih dahulu harus menguasai teknik-teknik dasar yang ada dalam permainan sepakbola.

## **TINJAUAN PUSTAKA, KERANGKA BERFIKIR DAN HIPOTESIS**

### **Pengertian Permainan Sepakbola**

Permainan sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang dalam pelaksanaannya

memakai waktu dua babak atau 2 x 45 menit. Selama waktu 2 x 45 menit itu pemain diuntut untuk senantiasa bergerak atau melakukan berbagai jenis gerakan.. Sepakbola merupakan olahraga yang paling populer di masyarakat. Hal ini tentunya banyak digemari oleh anak-anak usia sekolah dasar. Hal ini terlihat dari pelajaran sepakbola merupakan materi ajar wajib di mata pelajaran Penjasorkes di sekolah. Zidane Muhdhor Al-Hadiqie, (2013:9) mengemukakan bahwa Sepakbola adalah permainan bola yang dimainkan oleh dua tim dengan masing-masing beranggotakan sebelas orang. Sedangkan menurut Suwandi dkk (2010:70) Bentuk lapangan sepakbola adalah persegi panjang. Dalam peraturan yang sesungguhnya, lapangan standar



sepakbola berukuran 100-110 meter, lebar 64-74 meter.

Permainan sepakbola merupakan permainan beregu yang memerlukan dasar kerjasama antar sesama anggota regu, sebagai salah satu ciri khas dari permainan sepakbola. Untuk bisa bermain sepakbola dengan baik dan benar para pemain menguasai teknik-teknik dasar menendang bola dalam permainan sepakbola. Untuk bermain bola dengan baik pemain dibekali dengan teknik dasar yang baik, pemain yang memiliki teknik dasar yang baik pemain tersebut cenderung dapat bermain sepakbola dengan baik pula.

Untuk itu, agar seseorang dapat bermain sepakbola dengan baik, maka di samping harus didukung dengan kemampuan fisiknya yang memadai, perlu pula

mengenal dan menguasai teknik-teknik dasar permainan sepakbola itu sendiri. Secara khusus mengenai teknik permainan sepakbola dikemukakan oleh Ilyas Haddade dan Ismail Tola (1991:40) bahwa “yang dimaksud dengan teknik dalam permainan sepakbola ialah semua gerakan dengan atau tanpa bola yang berguna dalam permainan”. Hal ini sejalan dengan apa yang dikemukakan oleh Abd. Adib Rani (1992:15) bahwa “teknik sepakbola adalah semua gerakan dengan atau tanpa bola yang diperlukan dalam usaha mengembangkan prestasi maksimal dengan tenaga minimal”.

## **METODOLOGI PENELITIAN**

### **A. Variabel dan Desain Penelitian**

Menurut Suharsini Arikunto (1992), mengatakan bahwa : “variabel merupakan obyek penelitian atau apa

yang menjadi titik perhatian suatu penelitian”. Adapun variabel penelitian yang ingin diteliti dalam penelitian ini terdiri atas

### **Variabel penelitian**

Ada dua variabel yang terlibat dalam penelitian ini, yakni variabel bebas dan variabel terikat. Kedua variabel tersebut akan diidentifikasi ke dalam penelitian ini sebagai berikut:

- a. Variabel bebas yakni:
  - Koordinasi mata kaki
  - Kecepatan reaksi kaki
  - Keseimbangan
- b. Variabel terikat yakni:
  - Kemampuan menggiring bola

### **2. Desain penelitian**

Desain penelitian sebagai rancangan atau gambaran yang dijadikan sebagai acuan dalam melakukan suatu penelitian. Penelitian ini adalah jenis penelitian

yang bersifat deskriptif yang bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya kontribusi antara koordinasi mata kaki, kecepatan reaksi kaki dan keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola.

### **B. Populasi dan Sampel**

#### **1. Populasi**

Populasi merupakan suatu kumpulan atau kelompok individu yang dapat diamati oleh anggota populasi itu sendiri atau bagi orang lain yang mempunyai perhatian terhadapnya. populasi menurut Sugiyono (2000:57) memberikan definisi sebagai berikut : Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek / subyek yang mempunyai kualitas dan kuantitas serta karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk

dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan.

Dengan demikian yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan individu yang menjadi objek dalam suatu penelitian. Yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah 120 murid putra SD Inpres Tamanyeleng Kecamatan Barombong Kabupaten Gowa.

## **2. Sampel**

Sampel adalah sebagian dari individu yang mewakili populasi. Mengingat populasi dalam penelitian ini cukup banyak, sehingga perlu dilakukan pemilihan sampel sesuai dengan kebutuhan sampel dalam penelitian ini. Sugiyono (2010) mengemukakan bahwa “Sampel adalah sebagian dari anggota populasi yang diambil dengan menggunakan teknik tertentu yang di

sebut teknik sampling. Karna jumlah populasi dalam penelitian relatif banyak, maka peneliti membatasi dengan melakukan pemilihan secara acak dengan menggunakan teknik “*Simple Random Sampling*”, sehingga di peroleh jumlah sampel sebanyak 30 orang murid putra SD Inpres Tamanyeleng Kecamatan Barombong Kabupaten Gowa.

## **HASIL PENELITIAN DAN**

Deskripsi data dari hasil penelitian bertujuan untuk memberikan gambaran umum mengenai penyebaran distribusi data koordinasi mata kaki, kecepatan reaksi kaki, keseimbangan dan kemampuan menggiring bola dalam nainan sepakbola pada Murid SD Inpres Tamanyeleng Kecamatan Barombong Kabupaten Gowa, baik berupa ukuran letak distribusi frekuensi. Harga-harga yang

disajikan setelah diolah dari data mentah dengan menggunakan statistik deskriptif, yaitu harga rata-rata, simpangan baku, modus, median dan distribusi frekuensi.

#### **A. Pembahasan Hasil Penelitian**

Berdasarkan deskripsi hasil analisis data dan pengujian hipotesis penelitian yang telah dilakukan, maka dapat dijelaskan pengaruh koordinasi mata kaki, kece[ reaksi kaki dan keseimbangan secara bersama-sama terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola.

##### **1. Kontribusi Koordinasi mata kaki terhadap Kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola**

Dari hasil pengujian hipotesis pertama ditemukan bahwa koordinasi mata kaki memiliki kontribusi dengan kemampuan menggiring bola

dalam permainan sepakbola Murid SD Inpres Tamanyeleng Kecamatan Barombong Kabupaten Gowa. Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,708 yang dijelaskan melalui persamaan regresi  $\hat{Y} = 27,878 + -0,426 X_1$ . Temuan ini memberikan makna bahwa semakin baik koordinasi mata kaki, semakin baik pula kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola Murid SD Inpres Tamanyeleng Kecamatan Barombong Kabupaten Gowa sebaliknya semakin tidak baik koordinasi mata kaki, maka kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola Murid SD Inpres Tamanyeleng Kecamatan Barombong Kabupaten Gowa semakin tidak baik pula.

Pada prinsipnya koordinasi mata kaki adalah kemampuan

seseorang untuk merangkaikan beberapa unsur gerak menjadi satu gerak yang selaras sesuai dengan tujuannya. sehingga menghasilkan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola yang optimal. Apabila koordinasi mata kaki dimiliki secara memadai pada saat melakukan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola, maka tentu akan berkontribusi untuk memberikan hasil yang maksimal.

Apabila koordinasi mata kaki diperhatikan, maka secara fisiologi akan menghasilkan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola yang lebih baik. Koordinasi mata kaki merupakan prakondisi yang menunjang dalam berbagai cabang olahraga termasuk olahraga sepakbola khususnya menggiring bola. Oleh karena dengan koordinasi mata kaki yang

baik berarti sangat mendukung tercapainya hasil menggiring bola yang optimal. Apa yang telah dihasilkan dalam penelitian ini, yang memperlihatkan adanya kontribusi koordinasi mata kaki dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola.

## **2. Kontribusi kecepatan reaksi kaki terhadap Kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola**

Dari hasil pengujian hipotesis kedua ditemukan bahwa kecepatan reaksi kaki memiliki kontribusi yang signifikan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola murid SD Inpres Tamanyeleng Kecamatan Barombong Kabupaten Gowa. Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,713 yang dijelaskan

melalui persamaan regresi  $\hat{Y} = 13,748 + 0,280 X_2$ . Temuan ini memberikan makna bahwa semakin baik kecepatan reaksi kaki, semakin baik pula kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola Murid SD Inpres Tamanyeleng Kecamatan Barombong Kabupaten Gowa, sebaliknya semakin kurang kecepatan reaksi kaki, maka kemampuan menggiring bola kurang optimal.

Kecepatan reaksi kaki merupakan komponen kesegaran jasmani yang harus dimiliki, termasuk dalam kemampuan menggiring bola. Kecepatan reaksi kaki merupakan kemampuan seseorang dalam melakukan gerakan berkesinambungan dalam bentuk sama dan dalam waktu yang sesingkat-singkatnya. Apabila kecepatan reaksi kaki baik, maka

tentu akan berpengaruh untuk memberikan hasil yang optimal dalam menggiring bola pada permainan sepakbola.

Kecepatan reaksi kaki merupakan salah satu faktor yang menopang dalam kerja fisik, termasuk dalam kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola. Karena dengan kecepatan reaksi kaki yang baik, akan membantu pada saat menggiring bola pada permainan sepakbola. Apa yang telah dihasilkan dalam penelitian ini, yang memperlihatkan adanya kontribusi kecepatan reaksi kaki dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola, menjadi rujukan dalam meningkatkan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola.

### **3. Kontribusi keseimbangan terhadap Kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola**

Dari hasil pengujian hipotesis ketiga ditemukan bahwa keseimbangan memiliki kontribusi yang kuat dan signifikan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola Murid SD Inpres Tamanyeleng Kecamatan Barombong Kabupaten Gowa. Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,711 yang dijelaskan melalui persamaan regresi  $\hat{Y} = 35,555 + -0,213 X_3$ . Temuan ini memberikan makna bahwa semakin baik keseimbangan, semakin baik pula kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola, sebaliknya semakin rendah keseimbangan, maka kemampuan

menggiring bola dalam permainan sepakbola semakin tidak baik.

Keseimbangan merupakan kemampuan seseorang untuk mempertahankan sistem tubuh dalam posisi statis maupun posisi gerak dinamis. Jadi keseimbangan dalam menggiring bola sangat diperlukan untuk memberikan hasil yang optimal. Apabila keseimbangan dimiliki dalam menggiring bola maka tentu akan berkontribusi untuk memberikan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola yang baik.

Apabila keseimbangan diperhatikan pada menggiring bola, maka secara fisiologi akan mendorong kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola optimal. Karena keseimbangan dinamis merupakan keseimbangan pada saat tubuh melakukan aktifitas

yang cepat terhadap pola yang berubah-ubah. Jadi keseimbangan merupakan komponen fisik yang sangat penting dalam olahraga, termasuk dalam kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola. Apa yang telah dihasilkan dalam penelitian ini, yang memperlihatkan adanya kontribusi keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola, menjadi rujukan dalam meningkatkan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola. Oleh karena itu, dengan pentingnya keseimbangan, maka dapat dipahami bahwa keseimbangan memiliki hubungan yang didasarkan pada kontribusi dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola.

#### **4. Kontribusi koordinasi mata kaki, kecepatan reaksi kaki dan keseimbangan terhadap Kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola**

Dari hasil pengujian hipotesis keempat yang menunjukkan adanya kontribusi secara simultan antara koordinasi mata kaki, kecepatan reaksi kaki dan keseimbangan dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola Murid SD Inpres Tamanyeleng Kecamatan Barombong Kabupaten Gowa. Berdasar kan hasil perhitungan diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,881 yang dijelaskan melalui persamaan regresi  $\hat{Y} = 28,519 + -0,227X_1 + 0,125X_2 + -0,101X_3X_3$ . Hasil ini semakin memperkuat hasil pengujian hipotesis pertama, kedua dan ketiga. Dengan demikian koordinasi mata



kaki, kecepatan reaksi kaki dan keseimbangan dapat menjadi prediktor yang baik bagi kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola. Artinya, jika koordinasi mata kaki, kecepatan reaksi kaki dan keseimbangan berkategori baik, maka dapat dipastikan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola akan lebih baik.

Selain faktor koordinasi mata kaki, kecepatan reaksi kaki dan keseimbangan yang memiliki kontribusi dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola, masih ada faktor lain yang mempengaruhinya. Hal ini terbukti dengan nilai koefisien determinasi kontribusi koordinasi mata kaki, kecepatan reaksi kaki dan keseimbangan secara bersama-sama terhadap kemampuan menggiring

bola dalam permainan sepakbola hanya mencapai 73,60%.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan analisis data dan pembahasannya, maka hasil penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Ada kontribusi yang signifikan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada murid SD Inpres Tamanyeleng Kecamatan Barombong Kabupaten Gowa.
2. Ada kontribusi yang signifikan kecepatan reaksi kaki terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada murid SD Inpres Tamanyeleng Kecamatan Barombong Kabupaten Gowa.

3. Ada kontribusi yang signifikan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada murid SD Inpres Tamanyeleng Kecamatan Barombong Kabupaten Gowa.
4. Ada kontribusi yang signifikan secara bersama-sama koordinasi mata kaki, kecepatan reaksi kaki dan keseimbangan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada murid SD Inpres Tamanyeleng Kecamatan Barombong Kabupaten Gowa.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil analisis data dan kesimpulan penelitian ini, maka dapat dikemukakan saran-saran sebagai berikut:

1. Kepada Guru Pendidikan Jasmani, kiranya hasil penelitian

ini dapat dijadikan bahan acuan dalam mengajarkan cabang olahraga sepakbola, dalam merancang proses belajar mengajar sepakbola yang nanti akan dapat menunjang hasil belajar Penjas siswa.

2. Kepada pelatih agar faktor kemampuan fisik yaitu koordinasi mata kaki, kecepatan reaksi kaki dan keseimbangan perlu dikembangkan dan diperhatikan dan dapat dijadikan acuan dalam memilih calon atlet untuk dilatih ke arah pencapaian prestasi.
3. Bagi mahasiswa yang berminat melakukan penelitian lebih lanjut, disarankan agar melibatkan variabel-variabel lain yang relevan dengan penelitian ini serta dengan populasi dan sampel yang lebih luas.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Nuril. (2007). *Permainan Al-Hadiqie, Zidane Muhdhor. 2013. Menjadi Pemain Sepak Bola Profesional*. \_\_\_\_: Kata Pena.
- Arikunto, Suharsini. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Haddade, Ilyas dan Tola, Ismail. 1991. *Penuntun Mengajar dan Melatih Sepak Bola*. Ujung Pandang: FPOK IKIP.
- Halim, Nur, Icsan. 2004. *Tes dan Pengukuran Kesegaran Jasmani*. Makassar: Badan Penerbit UNM
- Harsono. 1988. *Coaching Dan Aspek-Aspek Psikologis Dalam Coaching*. Jakarta: Depdikbud P2LPTK.
- Koger, Robert. 2005. *Latihan Dasar Andal Sepak Bola Remaja*. Yogyakarta: Saka Mitra Kompetensi
- Luxbacher, Joseph A. 2011. *Sepak Bola edisi kedua*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada
- Muhajir, M.Ed, 2006. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*.
- Nurhasan. 2001. *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani: Prinsip-prinsip dan Penerapannya*. Departemen Pendidikan Nasional.
- Ngatiyino. 2007. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Solo : Tiga Serangkai.
- Rani, Adib, Abd. 1992. *Materi dan Evaluasi Mengajar Permainan Sepakbola*. FPOK IKIP Ujung Pandang.
- Sajoto. 1988 *Peningkatan Dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Dahara Prize Semarang.
- Sugiyono, 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suwandi dkk. 2010. *Penjasorkes 4*. Jakarta: Kementrian Pendidikan Nasional.
- Widiastuti. 2011. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: PT Bumi Timur Jaya.